

**Psiholoģiskā palīdzība** pieejama vilces līdzekļu vadītājiem, vilces līdzekļu vadītāju palīgiem, dispečeriem, staciju dežurantiem un citiem, ja nepieciešama:

- Pirmā psiholoģiskā palīdzība ekstremālās/ārkārtas situācijās;
- Palīdzību stresa ietekmes samazināšanā (pārvarēšanā);
- Psiholoģisko palīdzību pēctraumatiskā stresa ietekmes mazināšanai;
- Individuālās konsultācijas.

Sertificētā psiholoģe “darba un organizāciju psiholoģijas” un “klīniskās un veselības psiholoģijas” jomās **Rita Osipova** praktizē pielietojot:

- EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) metodi jeb desensibilizāciju un traumu pārstrādi ar acu kustībām;
- NLP (neirolingvistiskā programmēšana) metodes;
- Art (mākslas) terapijas metodes;
- Pozitīvās psihoterapijas metodes;
- Psihokinezioloģiskos vingrinājumus;
- un citi.

Pieteikties uz psihologa konsultācijām var zvanot pa tālruņiem: 67233622; 27868171; 29961175